VOL.05 | AUGUST 2021

ટુડેઝ ફેક્ટ સમાચાર

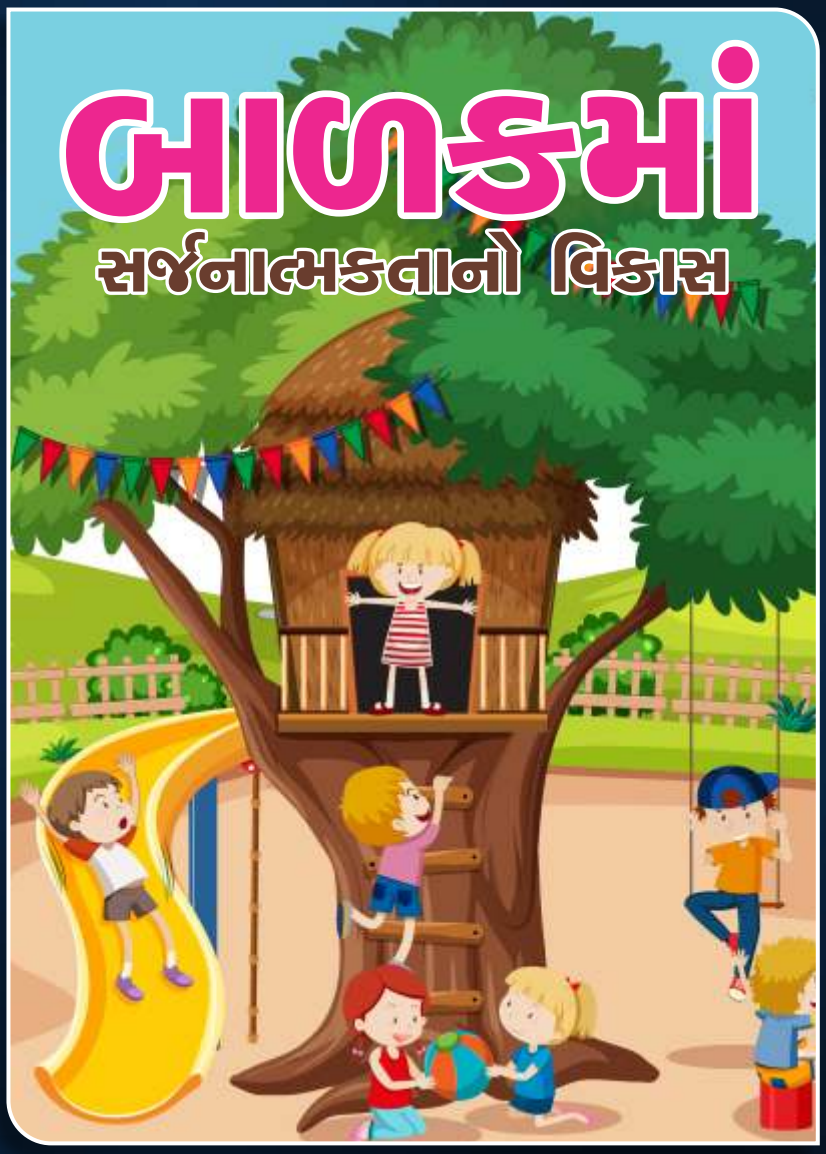
Issue No.: 10 • Pages : 16 • Total Issue.: 55 • Price :₹15/-

ધોળાવીરાને વર્લ્ડ હેરિટેજ સાઈટમાં સામેલ કરાયું

આપ, ઔવૈસી અને મમતાની એન્ટ્રીથી રસાકસી જોવા મળશે

ભારતીય ફોટો જર્નાલિસ્ટની અફઘાનિસ્તાનમાં હત્યા

ભારતીયો રોજ ૪ કલાક નવ મિનિટ મોબાઈલ પર ગાળે છે



બાળકમાં

સર્જનાત્મકતાનો વિકાસ

taj Sharbat Since 1955

jodeed

sheetal DAIRY

TODAYS MEDIA
ADVERTISEMENT | BRANDING | PROMOTION

VISIT…

jodeed

OLD BRANDED LAPTOP

STARTING RS. 6666/-*

CCTV
Sales & Service

COMPUTER
Sales & Service

PRINTER
Sales & Service

WEB CAMERA

ફક્ત ₹ 2555/- માં

ડેસ્કટોપ હાર્ડ ડિસ્ક

કોઇ પણ જુની હાર્ડ ડિસ્ક લાવો
અને નવી ૧ ટી.બી. હાર્ડ-ડીસ્ક લઈ જવો વોરંટી સાથે

ALL TYPE OF IT SERVICE

CONTACT NOW : M: 93 77 11 1033 | 7878601033

FIRST FLOOR C16 GULMOHAR SOCIETY.MEMON HALL ROAD.
NR.UNION PARK.OPP. HARYALI SOCITY.JUHAPURA-AHMEDABAD-55

Noman Ajmerwala
M.: 9662684605

HR Creation
E-mail: hrcreation@gmail.com

Mfg. of Specialist in Cotton Printed Dress Material Kurti & Suit Piece

A-109, 1st Floor, Ghantakarna Mahavir Market,
Nr. New Cloth Market, Sarangpur, Ahmedabad-1, Gujarat(INDIA)

TAJ PIYO KHUL KE JIYO...

taj® Sharbat Since 1955

MOUTH WATERING 56 FLAVOURS

SERVE WITH

WATER MILK SODA

FOR TRADE INQUIRY CALL:
9825559786

TAJ sharbat are manufactured by best materials in latest hi tech & hygienic plant

TODAYS MEDIA

GRAPHICS | ADVERTISEMENT | BRANDING | PROMOTION

OUR SERVICES : THE COMPLETE SOLUTIONS FOR BUSINESS NEEDS

Graphics Design	Business Poster	Magazine Advt
Digital Business Card	Digital Wedding Card	Digital Advt
Festival Greetings	Product Photography	Newspaper Advt
YouTube Package	Business on Google Map	Branding Poster
WhatsApp Marketing	Flex Banner	Digital Video Logo
Social Media Marketing	Showroom/Business Video	Customize MUG / MASK
Menu Card Designing	Logo Designing	Social Media POSTER
Business Promotion	Customize Gift Promotion	Social Media Management

FOR MORE INFO CONTACT :

M: 77 77 99 18 32

JOIN US ON

હંગેરીના બુડાપેસ્ટની સ્પર્ધામાં ઈતિહાસ રચ્યો

વર્લ્ડ કુશ્તી ચેમ્પિયનશિપમાં પ્રિયા મલિકે ગોલ્ડ મેડલ જીત્યો

ટોક્યો ઓલિમ્પિકમાં મીરાબાઈ ચાનુએ સિલ્વર મેડલ જીતીન ભારતનું નામ રોશન કર્યું છે, ત્યારે પહેલવાન પ્રિયા મલિકે હંગરીમાં આયોજિત વિશ્વ કુશ્તી ચેમ્પિયનશિપમાં ગોલ્ડ મેડલ જીત્યો છે. હરિયાણાની પ્રિયા મલિકે હંગરીના બુડાપેસ્ટમાં થયેલી વિશ્વ કેડેટ કુશ્તી ચેમ્પિયનશિપમાં ગોલ્ડ મેડલ જીતીને ઈતિહાસ રચ્યો છે.

પ્રિયાએ વર્લ્ડ કેડેટ રેસલિંગ ચેમ્પિયનશિપમાં બેલારુસની પહેલવાને ૫-૦થી હરાવીને સુવર્ણ પદક પોતાના નામે કર્યું છે. આ પહેલા પ્રિયાએ ૨૦૧૯માં પુનામાં ખેલો ઈન્ડિયામાં સુવર્ણ પદક, દિલ્હીમાં ૧૭મી સ્કૂલ ગેમ્સમાં સુવર્ણ પદક અને ૨૦૨૦માં પટનામાં નેશનલ કેડેટ ચેમ્પિયનશિપમાં સુવરણ પદક જીત્યો હતો.

પ્રિયા મલિકની શાનદાર જીત પર લોકો તેને શુભકામના પાઠવી રહ્યા છે. હરિયાણાના ખેલ મંત્રીએ પણ તેને શુભકામનાઓ પાઠવી છે અને તેને હરિયાણાની દીકરી કહીને સંબોધી. ટોક્યો ઓલિમ્પિક પર આખા દેશની નજર છે ત્યારે પ્રિયા ગોલ્ડ મેડલ જીતી લાવી તો હવે દેશને તેમાં ભવિષ્યની એક ઓલિમ્પિક પ્લેયર દેખાઈ રહી છે. પ્રિયા મલિક આ પહેલા પણ ઘણી મોટી મેચ જીતી ચુકી છે.

હરિયાણાના ઉપમુખ્યમંત્રી દુષ્યંત ચૌટાલાએ પણ તેને શુભકામનાઓ પાઠવી છે.

પ્રિયાએ વર્લ્ડ કેડેટ રેસલિંગ ચેમ્પિયનશિપમાં બેલારુસની પહેલવાને ૫-૦થી હરાવી સુવર્ણ પદક પોતાના નામે કર્યું

ટોક્યો ઓલિમ્પિકમાં ભારતની મેડલ્સ ઝૂંબેશ

ભારતની મીરાબાઈ ચાનુએ વેઈટ લિફ્ટીંગમાં સિલ્વર મેડલ જીત્યો

હાલમાં ચાલી રહેલા ટોક્યો ઓલિમ્પિક્સમાં ભારતની મીરાબાઈ ચાનૂએ સિલ્વર મેડલ જીતીને ઈતિહાસ રચ્યો છે. વેઈટ લિફ્ટિંગમાં ૪૯ કિલોગ્રામની કેટેગરીમાં મીરાબાઈએ આ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી છે. ૨૬ વર્ષીય મીરાબાઈએ ૨૦૨ કિલો વજન ઉઠાવ્યું હતું. ૨૦૧૬ના ઓલિમ્પિકમાં મેડલ જીતવામાં નિષ્ફળ રહેલી મીરાબાઈએ આ વખતે સિલ્વર જીતીને દેશનું નામ રોશન કર્યું છે. આ ઈવેન્ટમાં ૨૧૦ કિલો વેઈટ લિફ્ટ કરનારી ચીનની હોઉ ઝીહયુએ ગોલ્ડ મેડલ જીત્યો હતો, જ્યારે બ્રોન્ઝ મેડલ ઈન્ડોનેશિયાને ફાળે ગયો છે.

વીકનેસને ધ્યાનમાં રાખતા મીરાબાઈએ પહેલા રાઉન્ડમાં ૮૪ કિલો વજન ઉઠાવ્યું હતું. બીજા રાઉન્ડમાં મણીપુરની આ યુવતીએ ૮૭ કિલો વજન લિફ્ટ કર્યું હતું, અને તેને વધારીને તે ૮૯ કિલો પર લઈ ગઈ હતી, જે તેના પર્સનલ બેસ્ટ ૮૮ કિલોથી ૧ કિલો વધુ હતું. જોકે, સ્નેચ ઈવેન્ટમાં તે ૮૭ કિલો વજન લિફ્ટ કરી શકી હતી, જ્યારે ચીનની ઝીન્હુએ ૯૪ કિલો વેઈટ લિફ્ટ કરી નવો રેકોર્ડ બનાવ્યો હતો.

ચાઈનીઝ વેઈટ લિફ્ટર આ કેટેગરીમાં ૯૬ કિલો વેઈટ લિફ્ટ કરવાનો પણ રેકોર્ડ ધરાવે છે. ક્લીન જર્કમાં ચાનૂએ પહેલા બે પ્રયાસમાં ૧૧૦ અને ૧૧૫ કિલો વેઈટ લિફ્ટ કર્યું હતું. જોકે, તેને વધારીને તે ૧૧૭ કિલો સુધી નહોતી લઈ જઈ શકી, જોકે ફાઈનલ અટેમ્પ્ટમાં તેણે સિલ્વર મેડલ મળી શકે તેટલું પર્ફોમન્સ તો આપી જ દીધું હતું.

પોતે સિલ્વર મેડલ જીત્યો છે તેની જાણ થતાં જ મીરાબાઈ પોતાના આંસુ નહોતી રોકી શકી. મેડલ મળ્યાની ખુશીમાં તેણે ડાન્સ પણ કર્યો હતો. બીજી તરફ, દેશમાં પણ મીરાબાઈ ચાનૂ પર શુભેચ્છાઓનો વરસાદ થઈ રહ્યો છે. પીએમ મોદીએ મીરાબાઈ ચાનૂને શુભેચ્છા આપતા જણાવ્યું હતું કે ઓલિમ્પિકમાં દેશની આનાથી સારી બીજી કોઈ શરુઆત ના હોઈ શકે. દેશ માટે ઓલિમ્પિકમાં મેડલ જીતનારા શૂટર અભિનવ બિન્દ્રા, ક્રિકેટર વિરેન્દ્ર સેહવાગ સહિતના અનેક લોકોએ પણ ચાનૂને શુભેચ્છા આપી હતી.

૨૬ વર્ષીય મીરાબાઈએ ૪૯ કિલોગ્રામની કેટેગરીમાં ૨૦૨ કિલો વજન ઉઠાવીને આ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી છે : બ્રોન્ઝ મેડલ ઈન્ડોનેશિયાને ફાળે ગયો છે

ગુજરાતનું ગર્વ

ધોળાવીરાને વર્લ્ડ હેરિટેજ સાઈટમાં સામેલ કરાયું

ગુજરાતમાં અત્યાર સુધી ત્રણ હેરિજેટ સાઈટ્સ હતી, જેમાં પાવાગઢ નજીકના ચાંપાનેર, પાટણની રાણકી વાવ અને અમદાવાદ શહેરનો સમાવેશ થાય છે

યુનેસ્કોની વર્લ્ડ હેરિટેજ કમિટિના હાલ ચાલી રહેલા ૪૪મા સત્રમાં કચ્છમાં આવેલા ઐતિહાસિક સ્થળ ધોળાવીરાને વર્લ્ડ હેરિટેજ સાઈટમાં સામેલ કરવામાં આવ્યું છે. ધોળાવીરાની સાથે ઈરાનના હવારમાન, જાપાનના જોમોન, જોર્ડનના અસ-સાલ્ત, અને ફ્રાંસના નીશે પણ રેસમાં હતા. હાલના સત્રમાં તેલંગાણાના રુદ્રેશ્વરા/રામપ્પા મંદિરને પહેલાથી જ વર્લ્ડ હેરિટેજ સાઈટનું સ્ટેટસ આપી દેવાયું છે, જેનું નિર્માણ ૧૩મી સદીમાં થયું હતું. ગુજરાતમાં અત્યાર સુધી કુલ ત્રણ હેરિજેટ સાઈટ્સ હતી, જેમાં પાવાગઢ નજીકના ચાંપાનેર, પાટણની રાણકી વાવ અને અમદાવાદ શહેરનો સમાવેશ થાય છે. રાજ્યની ચોથી વર્લ્ડ હેરિટેજ સાઈટ તરીકે હવે ધોળાવીરાનો સમાવેશ થયો છે. ધોળાવીરા ઈ.પૂર્વે ૩૦૦૦થી ૧૮૦૦ની વચ્ચે નિર્માણ પામ્યું હોવાની શક્યતા છે. ભારતમાં અત્યારસુધી કોઈ હડપ્પન સાઈટને વર્લ્ડ હેરિટેજ સાઈટનું બિરુદ નથી મળ્યું. ધોળાવીરાને શોધનારા પુરાતત્વ ખાતાના પૂર્વ ડિરેક્ટર ડો. વાય.એસ. રાવતે જણાવ્યું હતું કે ધોળાવીરા બીજી બધી હડપ્પન સાઈટ્સ કરતાં અલગ છે, જો તેને વર્લ્ડ હેરિટેજ સાઈટનો દરજ્જો મળે તો તેનાથી તેની કાયાપલટ થશે. ધોળાવીરાનું ઉત્ખનન કરનારી ટીમની આગેવાની કરનારા પુરાતત્વશાસ્ત્રી ડો. આર.એસ. બિષ્ટના જણાવ્યા અનુસાર, સતત ૧૨૦૦ વર્ષ સુધી ધોળાવીરામાં માનવ વસવાટ હતો. તેમાં ભૂતકાળની અનેક બાબતો સંગ્રહાયેલી પડી છે. બાંધકામ ટેક્નોલોજીથી માંડીને જળ સ્થાપન અને વજન તેમજ વેપાર જેવી દરેક બાબતો તે સમયને સમજવા જરુરી છે, જે ધોળાવીરામાં સચવાયેલી છે. આ ઉપરાંત અમદાવાદ પહેલાથી જ વર્લ્ડ હેરિટેજ સાઇટની યાદીમાં સ્થાન ધરાવે છે. ત્યારે ગુજરાત માટે વધારે એક ગૌરવની બાબત છે. અત્રે નોંધનીય છે કે, ધોળાવીરા સૌથી પ્રાચીન સંસ્કૃતિઓ પૈકીની એક માનવામાં આવે છે. જેનાં અવશેષો આ સાઇટ પર છે. આ સંસ્કૃતિ તે સમયની સૌથી ઉન્નત એન્જિનિયરિંગ અને પોતાનાં વિઝન માટે દેશ વિદેશમાં જાણીતી છે. આ ગુજરાતનાં કચ્છ જિલ્લામાં આવેલી સાઇટ છે. ૧૯૯૦માં ખોદકામ દરમિયાન આ અવશેષો મળી આવ્યા હતા. આ ઉપરાંત આ સમગ્ર સાઇટ ૨૫૦ હેક્ટર કરતા પણ વધારે વિસ્તારમાં ફેલાયેલી છે.

SUCCESS OF

4 ANNIVERSARY YEARS

SINCE 2016

ટુડેઝ ફેક્ટ સમાચાર

TODAYS FACT SAMACHAR

LifeStyle Magazine

ADVERTISE YOUR BUSINESS IN MAGAZINE

STARTING **999/-***

PANEL BOX

TERMS & CONDITON APPLY

FOR MORE INFO & OFFER

Call Or Whatsapp

M: 90 33 30 20 74

ભારતીય ફોટો જર્નાલિસ્ટની અફઘાનિસ્તાનમાં હત્યા

અફઘાનિસ્તાનમાં તાલિબાનના હુમલામાં પુલિત્ઝર પુરસ્કાર વિજેતા ફોટો જર્નાલિસ્ટ દાનિશ સિદ્દીકીનું નિધન થયું છે. ટોલો ન્યૂઝે આ અંગે માહિતી આપી છે. દાનિશ અફઘાનિસ્તાનના સ્પિન બોલદાક જિલ્લામાં અફઘાન સ્પેશિયલ ફોર્સ સાથે હતા અને રોઇટર્સ ન્યૂઝ એજન્સી માટે રિપોર્ટિંગ કરી રહ્યા હતા. તેમણે રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય મહત્વની ઘણી સ્ટોરીઓ કવર કરી છે. દાનીશે ભારતમાં જામિયા મિલિયા ઇસ્લામીયામાં અભ્યાસ પૂરો કર્યો હતો. તેમના નિધન પર ભારતમાં અફઘાનિસ્તાનના રાજદૂત ફરીદ મામુંજેએ ટ્વિટ કર્યું કે, કંધારમાં મિત્ર દાનિશ સિદ્દીકીના મૃત્યુના સમાચારથી ખૂબ જ દુઃખી છું. બે અઠવાડિયા પહેલા તેમના કાબૂલ જતા પહેલા મુલાકાત થઈ હતી. તેના કુટુંબ અને રોઇટર્સ પ્રત્યે સંવેદના છે.'

વર્ષ ૨૦૧૮માં દાનિશને અદનાન અબીદી સાથે રોહિંગ્યા શરણાર્થી સંકટ પરની તેની વિશેષ ફોટોગ્રાફી માટે પુલિત્ઝર પુરસ્કાર મળ્યો હતો. અફઘાનિસ્તાન પહેલા તેમણે ઇરાકમાં યુદ્ધ, હાંક-કોંગમાં વિરોધ અને નેપાળના ધરતીકંપ જેવા સમાચારો પર પણ ખૂબ સારૂં રિપોર્ટિંગ કર્યું હતું. તાજેતરમાં તે કંધારમાં રિપોર્ટિંગ કરી રહ્યા હતા જ્યાં અફઘાનિસ્તાન અને તાલિબાન વચ્ચે તણાવ ચાલી રહ્યો હતો.

થોડા દિવસો પહેલા પણ દાનિશ હુમલાનો ભોગ બન્યા હતા, જ્યારે તેમના અને સુરક્ષા દળોના વાહન ઉપર ૩ આરપીજી રાઉન્ડ ફાયરિંગ કરવામાં આવ્યું હતું. તેમણે ટ્વીટ કરીને પોતાની સલામતી વિશે પણ માહિતી આપી હતી અને તેમના ઉપર જે રોકેટ છોડ્યા હતા તેની તસવીર પણ બતાવી હતી.

૨૦૧૮માં દાનિશને રોહિંગ્યા શરણાર્થી સંકટ પરની તેની વિશેષ ફોટોગ્રાફી માટે પુલિત્ઝર પુરસ્કાર મળ્યો હતો

બાહુબલીનો અવાજ આપી છવાઇ ગયો શરદ કેલકર

એમેઝોન પ્રાઇમ વીડિયો પર રિલીઝ થયેલી ધ ફેમિલી મેન ૨ હાલમાં ખુબજ ચર્ચામાં છે. રિલીઝ પહેલાં પણ આ વેબ સીરીઝ ચર્ચામાં હતી. આ વચ્ચે ધ ફેમિલી મેન ૨ નાં એક્ટર શરદ કેલકર એ બોલતા બોલતા ખચકાવવાની વાત કરી હતી. એક્ટરે પહેલાં ખુલાસો કર્યો છે કે તેને બાળપણમાં બોલવામાં તકલીફ થતી હતી. જેને કારણે બાળકો તેને ચિડાવતા હતાં. હાલમાં એક ઈન્ટરવ્યૂમાં શરદ કેલકરે જણાવ્યું કે, એક બાળકનાં રૂપમાં તેને બોલવામાં તકલીફ હતી ત્યારે ઘણી વખત બાળકો તેની મજાક ઉડાવતા હતા.

ગત થોડા સમયયથી શરદ કેલકર એક બાદ એક ઘણી સુંદર સુંદર ફિલ્મો અને વેબ શોમાં નજર આવે છે. અક્ષય કુમારની 'લક્ષ્મી'થી લઈ મનોજ બાજપેયી સ્ટાર ધ ફેમિલી મેન ૨ સુધી તમામમાં તે ધમાલ મચાવતો હતો. આ ઉપરાંત તેણે તાનાજીઃ ધ અનસંગ વોરિયરમાં છત્રપતિ શિવાજીનું પાત્ર અદા કર્યું હતું. તો બાહુબલીનાં હિન્દી ડબમાં તેણે પ્રભાસને અવાજ આપ્યો હતો. એટલે કે બાહુબલીમાં તેનો જ અવાજ હતો. તેની અવાજને ભારતીય દર્શકોએ ખુબજ પસંદ કર્યો હતો. બાહુબલીનાં પાત્રમાં તેનો અવાજ એકદમ બંધ બેસતો હતો. શરદ કેલકરે કહ્યું કે, આપ જાણો છો, હું બાળપણમાં ઠીકથી બોલી નહોતો શકતો, હું ખચકાતો હતો. અને આ માટે મારો ઘણીવાર મજાક પણ બનતો. મારી સાથેનાં બાળકો મારી ખુબ હંસી ઉડાવતા હતાં. પણ હવે મને જોવો. આજે હું એવાં વ્યવસાયમાં છું જ્યાં મારે મારી અવાજ અને મારી સ્પીકિંગ સ્કિલ્સનો ઉપયોગ કરવાનો છે. એક્ટરે એક વખત ખુલાસો કર્યો હતો કે તેની બોલતા બોલતા ખચકાવાની ટેવને કારણે તેણે ક્યારેય નહોતું વિચાર્યું કે, તે એક્ટર બનશે. તે વધુમાં કહે છે કે, મને ઘણી વખત રિજેક્શન સહન કરવા પડ્યાં છે. હું ખચકાતો હતો. તેથી મારા માટે એક્ટિંગ એવી વાત હતી જેનાં માટે હું વિચારી પણ નહોતો શકતો. ખચકાવું મારા માટે મોટી સમસ્યા બની ગઇ હતી. પણ તેણે જ મને વધુ મજબૂત બનાવી છે, તેણે મને મારી અંદર ખોટાંને સાચુ કરવાની તાકાત આપી. ખચકાવું મારા માટે એક સમસ્યા બની ગઇ હતી. અને મારે તેનાંથી નિજાત મેળવવો હતો. મને બે વર્ષ લાગ્યા હતાં. મને લાગે છે કે, રિજેક્શન પણ સારા માટે થાય છે. તે આપને આપનું લક્ષ્ય મેળવવા વધુ મહેનત કરવાની તાકાત આપે છે.

બાળકમાં સર્જનાત્મકતાનો વિકાસ

- પ્રો. મલેક સફી હસનભાઈ

શબ્દકોષમાં **CREATIVITY** નો અર્થ કંઈ નવું કરવું, ઉત્પાદનલક્ષી સર્જનશીલતા , શોધખોળ, નવા ફેરફાર કરવા, અપૂર્વ યોજકબુદ્ધિ, નવો આકાર, કારીગરી જેવો થાય છે. સર્જન એટલે કોઈ એક વસ્તુ કે રૂપ વિશે નવો વિચાર કરી તેની કલ્પનામાં આકૃતિ વિચારવી અને તેને નવા કાર્ય કે વિશિષ્ટતા સાથે જોવું. સર્જનાત્મકતા એ દરેક મનુષ્યમાં રહેલી હોય છે, પરંતુ તે કેવી રીતે વિકસાવવી તેની સમજ કે વિચાર કરવાની આવડતો બધા લોકો પાસે હોતી નથી. મનોવૈજ્ઞાનિક કસોટીઓ અને સર્વે દ્વારા જાણવા મળ્યું છે કે સર્જનાત્મકતાની ઉચ્ચ કક્ષા જન્મથી પાંચ વર્ષ સુધી હોય છે. સર્જનાત્મકતાની ઘણી દષ્ટિ હોય છે, પરંતુ વ્યાખ્યા પ્રમાણે વ્યક્તિમાં એવી ક્ષમતા કેળવવી કે જે દેખાતા વિકલ્પને અન્ય રીતે વિચારીને નવા ઉપયોગ માટે તૈયાર કરે .

એક પુસ્તકમાં વાંચેલું 'આ દુનિયામાં સફળ લોકો કશું નવું નથી કરતા, પરંતુ દરેક બાબતને નવી રીતે કરે છે.' -

વાતનો મર્મ એવો છે કે દુનિયામાં સફળ થવા અથવા પ્રગતિ સાધવા માટે જરૂરી છે કંઈક નવું કરવું. આ નવું કરવું તેનું નામ જ સર્જનાત્મકતા, અંગ્રેજીમાં તેને ! **CREATIVITY** કહેવામાં આવે છે, આજનો જમાનો હવે હરીફાઈનો નથી. આજે તો તે જ મનુષ્ય સફળ થઈ શકશે કે જે કાંઈ પણ નવું કરી શકે અથવા નવું વિચારી શકે. આ જગતમાં જે કાંઈ પણ નવું થાય છે, વિકાસ થાય છે. તેની પાછળ સર્જનાત્મકતા અથવા નવું વિચારવાની શક્તિ છે, કોઈ પણ શોધ, નવી પદ્ધતિ, નવા વિકલ્પ, શક્યતાઓની પાછળ સર્જનાત્મક મગજ જ કામ કરે છે. વિચારો, જો પૈડાંની શોધ જ ન થઈ હોત તો ! આપણે કદાચ આટલી પ્રગતિ ન સાધી શક્યા હોત. ન્યૂટને સફરજન નીચે પડ્યું તે અંગે આગળ વિચાર ન કર્યો હોત તો આજે કદાચ આપણે ગુરુત્વાકર્ષણ બળ વિશે ન જાણતા હોત , કદાચ જેમ્સ વોટે કીટલીના ઊકળતા પાણીની સાથે ઊંચું નીચું થતું ઢાંકણ જોઈને તે અંગે આગળ ન વિચાર્યું ન હોત તો કદાચ આજે આપણી પાસે વરાળ યંત્ર ન હોત.

સર્જનાત્મકતા એટલે દાર્શનિક શક્તિ અને વિચારશક્તિ. કોઈ પણ સર્જન માટે જરૂરી છે નિહાળવું અથવા તેની કલ્પના કરવી અને તે અંગે વિચાર કરવો. આ નિહાળવાની, કલ્પના કરવાની અને વિચારવાની શક્તિ પરમ કૃપાળુ પરમાત્માએ મનુષ્યને આપી જ છે. પશુ- પક્ષીને તે આપી નથી, ટુંકમાં સર્જનાત્મકતા એટલે 'અજાગૃત મનમાં આવેલા વિચારને કુદરતના સાંનિધ્યમાં જાગૃત અવસ્થામાં પ્રદર્શિત કરવા.' કેટલાક લોકો એવું વિચારે છે કે સર્જનાત્મકતા વારસાગત હોય છે, અથવા કેટલાક લોકોનો તેમાં ઈજારો હોય છે . અથવા ફકત ભણેલા લોકો જ સર્જનાત્મક હોય છે. આ વાત , આ માન્યતા તદ્દન ખોટી છે. સંશોધનમાં પુરવાર થયું છે કે સર્જનાત્મકતા વારસાગત હોતી નથી. દરેક વ્યક્તિમાં સર્જનાત્મકતા હોય છે તેનો વિકાસ કેટલો અને કેવી રીતે થાય છે તેનો આધાર તેના માટે થતા પ્રયત્ન ઉપર રહેલો છે. સર્જનાત્મકતાનો વિકાસમાં પર્યાવરણ અને તાલીમ પણ મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે.

ગિલફોર્ડના મત મુજબ સર્જનાત્મકતા એ એક વસ્તુ કે બાબત નથી, પરંતુ તે ઘણીબધી બાબતોને ઘણા સ્વરૂપે રજૂ કરે છે, આ ઘણીબધી બાબતોમાં ક્ષમતા, આવડત, પ્રકિયા, ગુણવત્તા, પર્યાવરણ વગેરે છે.

આ ઉપરાંત રજૂઆતની શૈલી, લવચીકતા, નવું કરવાની/સ્વીકારવાની આવડત, સંવેદનશીલતા, જિજ્ઞાસા, ઝીણવટપૂર્વક કાર્ય કરવું, દર્શનશક્તિ, કલ્પનાશક્તિ, સ્વતંત્રતા, સહનશક્તિ, સંદિગ્ધપણું, જોખમ ઉઠાવવાની આવડત અને ખુલ્લાપણું પણ હોય છે.

સર્જનાત્મક વ્યક્તિઓમાં નીચે મુજબની કેટલીક વિશેષતાઓ જોવામાં આવે છે :

૧. દરેક વસ્તુને અલગ નજરથી જોવી.

૨.નિર્ણય લેવામાં સ્વતંત્રતા

૩.જિજ્ઞાસા

૪. આત્મવિશ્વાસ

૫. સમસ્યા પ્રત્યે સંવેદન

૬. અમુક ઉદ્દેશથી કામ કરવા પ્રેરાવવું

૭.અનિશ્ચિત અનુભવો માટે ખુલ્લાપણું

૮. જરૂરિયાત અને ધારણા મુજબની સત્તા

૯. ડર અને નિષ્ફળતાનો અભાવ

૧૦. સતત પ્રયત્ન

૧૧. ગમતું કરવાની આવડત

૧૨. લવચીકતા

૧૩. નવું નિર્માણ કરવાની ક્ષમતા

૧૪. ખંત - લગન

દરેક બાળકમાં ઉપરોક્ત વિશિષ્ટતાઓમાંથી કેટલીક વિશિષ્ટતાઓ અસ્તિત્વ ધરાવતી હોય છે. આપણે માતા - પિતા, શિક્ષક, વડીલ તરીકે બાળકમાં કઈ વિશિષ્ટતા છે તેને ઓળખી તેને વિકસાવવા માટે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ અને તે મુજબનું વાતાવરણ પૂરું પાડવું જોઈએ .

દિલીપ કુમારે અનેક ચટિયાતી ફિલ્મો આપી છે

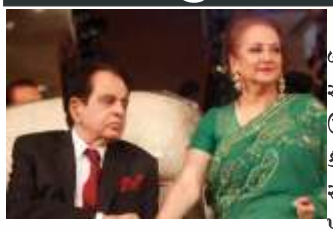
ટ્રેજડી કિંગ અભિનેતા દિલીપ કુમાર

૧૯૪૪માં ફિલ્મ જ્વાર ભાટાથી બોલિવૂડમાં ડેબ્યુ કર્યું ૧૯૪૭માં આવેલી ફિલ્મ જુગનૂ પછી તેમને ઓળખ મળી

હિન્દી સિનેમાના દિગ્ગજ અભિનેતાઓમાં જેમની ગણતરી થાય છે. દિલીપ કુમારનું આખું નામ મોહમ્મદ યુસુફ ખાન હતું. તેમણે વર્ષ ૧૯૪૪માં ફિલ્મ જ્વાર ભાટાથી બોલિવૂડમાં ડેબ્યુ કર્યું હતું. પરંતુ ૧૯૪૭માં આવેલી ફિલ્મ જુગનૂ પછી તેમને ખાસ ઓળખ મળી. દિલીપ કુમાર બોલિવૂડના એકમાત્ર એવા સ્ટાર છે, જેમણે સૌથી વધારે બેસ્ટ એક્ટરના ફિલ્મફેર અવોર્ડ પોતાના નામે કર્યા છે. દિલીપ કુમારે ૬૦થી વધારે ફિલ્મોમાં કામ કર્યું છે. દિલીપ કુમાર બોલિવૂડ એક્ટ્રેસ મધુબાલા સાથેના સંબંધોને કારણે ચર્ચામાં રહેતા હતા. પરંતુ તેમની જોડી લગ્ન સુધી ના પહોંચી શકી. દિલીપ કુમારે ૧૯૬૬માં એક્ટ્રેસ સાયરા બાનો સાથે લગ્ન કર્યા હતા. દિલીપ કુમારને હિન્દી સિનેમાના સુવર્ણકાળના અંતિમ અભિનેતા તરીકે યાદ કરવામાં આવે છે.

દિલીપ કુમારે શાળાકીય અભ્યાસ નાસિકના દેવલાલીમાં બાર્ન્સ સ્કૂલથી કર્યો હતો. આ જ શાળામાં રાજ કપૂર પણ અભ્યાસ કરતા હતા. રાજ કપૂર અને દિલીપ કુમાર બાળપણના મિત્રો હતા. બન્ને એકસાથે જ મોટા પણ થયા. દિલીપ કુમાર વિષે કહેવામાં આવે છે કે કોઈ કારણસોર તેમની પિતા સાથે બોલાચાલી થઈ ગઈ અને તેઓ ઘરેથી ભાગી ગયા હતા. તે સમયે તેમની ઉંમર માત્ર ૧૮ વર્ષ હતી. પુનામાં જઈને તેમણે એક પારસી કેફેના માલિકની મદદ લીધી અને એક સેન્ડવિચ સ્ટોલ શરુ કર્યો. સેન્ડવિચ વેચીને તે સમયે દિલીપ કુમાર ૫૦૦૦થી વધારે કમાઈ લેતા હતા. તે સમયે ૫૦૦૦ને ઘણી મોટી રકમ માનવામાં આવતી હતી.

સાયરાબાનુને પહેલી નજરમાં દિલીપ કુમાર સાથે પ્રેમ થયો



દિલીપ કુમાર જ્યારે પણ બીમાર પડતા ત્યારે સાયરાબાનુ એક દીવાલ બનીને તેમની પડખે ઊભી રહેતી હતી. દિલીપકુમારનાં કોઈપણ સમાચાર હોય સાયરાબાનું તેમના ફેન્સ સુધી પહોંચાડતી હતી.દિલીપ કુમાર અને સાયરાબાના પ્રેમની પહેલેથી જ મિસાલ આપવામાં આવે છે. સાયરા બાનુએ ૧૨ વર્ષની ઉંમરમાં જ કહી દીધું હતું કે, હું જો લગ્ન કરીશ તો યુસુફ સાબ સાથે જ કરીશ. સાયરાબાનુએ એક ઈન્ટરવ્યૂમાં કહ્યું હતું કે 'મૈને બારહ સાલ કી ઉમ્ર મેં હી તય કર લિયા થા કી અગર શાદી કરુંગી તો યુસુફ્ સાબસે હી કરુંગી. મા કે સાથ મૈ 'મુગલે-આઝમ્લ્ન કા શૂટિંગ દેખને ગઈ થી. હમ લોગ જબ સ્ટુડિયો પહુંચે તો સફેદ પેન્ટ ઔર શર્ટ પહેને હુએ યુસુફ્ સાબ સ્ટુડિયોસે બાહર હી નિકલ રહે થે. હમ લોગ સમઝ ગયે કી પેક અપ હો ચૂકા હૈ. યુસુફ્ સાબને હમે કાર સે ઉતરતે દેખા તો વે રૂક ગયે. યુસુસાબ બડી શાલીનતાસે હમે સ્ટુડિયોકે અંદર શીશ મહલ કા સેટ દિખાને લે ગયે. દુસરી તરફ્ કવ્વાલી કે શૂટિંગ કી તૈયારી હો રહી થી. યુસુફ્સાબને સેટ પર જો લોગ થે ઉન સબ કે સાથ હમારા તાર્રુફ ભી કરવાયા થા.

બાવીસ વર્ષની સાયરાબાનુએ ચુમાલીસ વર્ષના દિલીપકુમાર સાથે અચાનક લગ્ન કરીને સમગ્ર સિનેજગતને અચંબામાં નાખી દીધું હતું. કહેવાય છે કે, ગુરુદત્તથી છૂટી પડેલી વહિદા રહેમાનની ખ્વાહીશ દિલીપકુમાર સાથે લગ્ન કરવાની હતી. પરંતુ સાવ અચાનક જ દિલીપકુમાર અને સાયરાબાનુના અણધાર્યા લગ્નનો ધડાકો થયો હતો.

સાયરાબાનુની મા નસીમ બાનુ કરતાં દિલીપકુમાર માત્ર પાંચ જ વર્ષ નાનો હતો. તેમના લગ્નના લગભગ બે વર્ષ બાદ ૧૯૬૮માં સાયરા બાનુની રાજેન્દ્રકુમાર સાથે 'ઝૂક ગયા આસમાનલ્ન રિલીઝ થઈ હતી. લગ્ન બાદ સાયરાબાનુએ દિલીપકુમાર સાથે 'ગોપીલ્ન 'સગીનાલ્ન તથા 'બૈરાગલ્ન જેવી ફિલ્મોમાં કામ કર્યું હતું.

૩.૭ લીટર પાણી પુરૂષ, ૨.૭ લીટર પાણી મહિલા રોજ પીવે તે જરૂરી

પાણીની કમીથી એલર્જીની શંકા છે

પાણીમાં કેટલીક વખત જીવાણુની સાથે ઝેરી તત્વો પણ મિક્સ થઈ જાય છે. આના કારણે બિમારી થઈ શકે છે. દર વર્ષે ૨૨મી માર્ચના દિવસે વિશ્વ જળ દિવસની ઉજવણી કરવામાં આવે છે. દુષિત પાણીના કારણે કેટલીક બિમારી ફેલાઈ જાય છે. શરીર માટે પાણી કેમ જરૂરી છે તેને લઈને હંમેશા પ્રયોગ થતા રહ્યા છે. પુરતા પ્રમાણમાં શરીરમાં પાણી હોવાના કારણે શરીરમાં ચુસ્તી અને ઉર્જા બનેલી રહે છે. થાકનો અનુભવ થતો નથી. દુષિત તત્વો યુરિન અને પરસેવા તરીકે શરીરની બહાર નિકળે છે. આના કારણે શરીરમાં ફાઇબર સારી રીતે અવશોષિત થઈ જાય છે. આના કારણે રોગ પ્રતિકારક ક્ષમતા વધે છે અથવા તો ઈમ્યુનિટી પાવર વધી જાય છે. તે જોડમાં લુબ્રિકેશનને વધારે છે. વજન આના કારણે નિયંત્રિત રહે છે. પાણીની કમી થવાની સ્થિતિમાં એલર્જી થવાનો ખતરો વધે છે. ફેફસામાં ઈન્ફેક્શન, અસ્થમા અને આંતરડાની બિમારીને દુર કરે છે. શરદી, ગરમી અને કિડનીની બિમારીથી પણ બચાવે છે. આના કારણે લોહીમાં પાણીનું પ્રમાણ ઘટી જાય છે. બ્લડ પ્રેશર વધી જાય છે. આ ઉપરાંત પાણીમાં અનેક પ્રકારના મિનરલ હોય છે. જે કેટલાક રોગથી બચાવે છે. દુષિત પાણીમાં વાયરસ હોવાન કારણે કમળા સહિતના કેટલાક રોગ થઈ શકે છે. પાણીમાં કેટલીક ચીજો મિક્સ હોય છે. પાણીમાં આર્સેનિક ફ્લોરાઈડ, કેડમિયમ, લેડ, મરકરી, નિકોલ, સિલ્વર, લોખંડ અને મેગનીજ, કેલ્શિયમ, બોરિયમ, ક્રોમિયમ અને કોપર હોય છે. જેવા હેવી મેટલની સાથે સાથે નાઈટ્રેટ, સલ્ફેટ, બોરેટ અને કાર્બોનેટ જેવા વલણ પણ મિક્સ કરેલા હોય છે. આના કારણે આંતરડામાં બળતરા, લોહીની કમી, કેન્સર, સ્ટ્રોક, હાર્ટ સાથે સંબંધિત રોગ, ગરદન તેમજ

અન્ય કેટલીક બિમારી થાય છે. પાણીને શુદ્ધ કરવા માટે સૌથી પહેલા પાંચ મિનિટ સુધી તેને તેજ આગ પર ગરમ કરવામાં આવે છે. જેના કારણે તેમાં હાનિકારક તત્વો નષ્ટ થઈ જાય છે. ક્લોરીનની ૧૬ બુન્દથી ચાર લીટર પાણી શુદ્ધ થઈ શકે છે. ૨૦ લીટર પાણીમાં ક્લોરીનની એક બુન્દ નાંખીને તેને એક કલાક બાદ ઉપયોગમાં લઈ શકાય છે. પહેલા પીવાની બાબત યોગ્ય નથી.જનરલ ડાયાબિટીશ કેરમાં ફ્રાંસના અભ્યાસમાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે જે લોકો એક દિવસમાં બે ગ્લાસ અથવા તો તેનાથી પણ ઓછું પાણી પીવે છે તે લોકોમાં હાઈ બ્લડ સુગરનું સ્તર જોવા મળે છે. તેના કારણે આ પ્રકારના લોકો ડાયાબિટીશથી ગ્રસ્ત થઈ શકે છે. અભ્યાસમાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે બે ગ્લાસથી ઓછું પાણી પીનાર લોકોમાં ડાયાબિટીશનો ખતરો વધી જાય છે. ૩૬૧૫ પુખ્તવયના લોકોને આવરી લઈને કરવામાં આવેલા અભ્યાસમાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે વોટર થેરાપી ખુબ જ ઉપયોગી છે. ૩૦થી ૬૫ વર્ષની વયના લોકોને આવરી લઈને આ અભ્યાસની પ્રવૃત્તિ હાથ ધરવામાં આવી હતી. અભ્યાસની શરૂઆતમાં આ તમામ લોકોમાં સામાન્ય બ્લડ સુગરની સપાટી હતી. નવ વર્ષના અભ્યાસના ગાળા બાદ અભ્યાસના ભાગરૂપે રહેલાં ૫૬૫ લોકોને હાઈ બ્લડ સુગરની તકલીફ જોવા મળી હતી અને ૨૦૨ લોકોમાં ટાઈપ-૨ ડાયાબિટીશની અસર દેખાઈ હતી. દરરોજ બે ગ્લાસથી ઓછું પાણી પીનાર લોકોમાં હાઈ બ્લડ સુગર થવાની શક્યતા ૨૮ ટકા ઓછી છે. જે લોકો આનાથી પણ ઓછું પાણી પીવે છે તે લોકોમાં ખતરો વધારે છે. આ જોખમ હાર્મોન સાથે સીધી રીતે સંબંધિત છે. આનો મતલબ એ થયો કે મોટાપ્રમાણમાં પાણી ખૂબ જ ઉપયોગી છે. તમામ લોકો સારી રીતે જાણે છે કે શરીરમાં ૬૦ ટકા હિસ્સા પાણીમાં છે. તે કુલ વજનના ૯૦ ટકાની આસપાસ હોય છે. નિષ્ણાતો કહે છે કે દરેક પુરૂષને ૩.૭ લીટર પાણી અને દરેક મહિલાને ૨.૭ લીટર પાણીની દરરોજ જરૂર હોય છે. આનાથી ઓછા પ્રમાણમાં પાણી પિનારને કેટલાક ખતરા રહેલા હોય છે.

લોકડાઉન બાદ ૯૦ ટકા યુવા પાયરોમેનિયાથી પીડિત

સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી દ્વારા કરાયેલા સરવેમાં વધુ એક ચોંકાવનારી હકીકત સામે આવી છે. યુનિવર્સિટીના મનો વિજ્ઞાન ભવન દ્વારા સરવે કરવામાં આવ્યો છે. જેમાં ચોંકાવનારુ તારણ મળ્યું કે, કોરોના અને લોકડાઉન બાદ ૯૦ ટકા યુવાનો અને તરુણોમાં પાયરોમેનિયા જોવા મળિયો. ૯૦ ટકા યુવાનો પાયરોમેનિયા રોગતી પીડાતા હોવાનુ ખૂલ્યું. તો ૫૪ ટકા તરુણોમાં પણ આ જ સ્થિતિ જોવા મળી. સતત સ્ટ્રેસ અને ભયથી આ રોગ વધ્યો છે. જેમાં કારણ વગર ગાળા ગાળી કરતા અને ઝગડતા એ તેના લક્ષણો છે. રાત્રે કોઈના ઘરના કાચ તોડવા, કારના કાચ રોડવા અને વાહનોની લાઈનો પાડી આનંદ લેવો આ બધી માનસિક વૃત્તિ આ રોગમાં જોવા મળે છે. યુનિવર્સિટીના મનોવિજ્ઞાન ભવન દ્વારા ૯૪૦ યુવાનો અને તરુણોનો સર્વે કરવામાં આવ્યો હતો. પાયરોમેનિયા એક આવેગ નિયંત્રણ ડિસઓર્ડર છે, જે પરિણામોને ધ્યાનમાં લીધા વિના, હાનિકારક અથવા ગેરકાયદેસર કૃત્ય કરવાની અનિયંત્રિત જરૂરિયાતની હાજરી પાયરોમેનિયાના ધરાવતા વ્યક્તિમાં હોઈ છે.પાયરોમેનીયાને ડાયગ્નોસ્ટિક એન્ડ સ્ટેટિસ્ટિકલ મેન્યુઅલ ઓફ મેન્ટલ ડિસઓર્ડર (ડીએસએમ -૫) માં ઈમ્પલ્સ કન્ટ્રોલ ડિસઓર્ડર તરીકે વ્યાખ્યાયિત કરવામાં આવ્યો છે. જે આવેગ નિયંત્રણ વિકાર છે જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ વિનાશક ઈચ્છા અથવા આવેગનો પ્રતિકાર કરવામાં અક્ષમ હોય છે. કેટલાક લોકોને કોઈપણ વસ્તુને દરેક સમયે આગ લગાડવાનું વિચારે છે, તે જે એક માનસિક વિકાર છે, જેને મનોવિજ્ઞાન માં પાયરોમેનિયા કહે છે. પરિસ્થિતિ ત્યારે વધુ ખતરનાક બની જાય છે, જ્યારે આગ લગાડવાનું વિચારે ત્યારે તે શરૂ કરી દે છે. વિશેષ બાબત એ છે કે, જે લોકો આ ડિસઓર્ડરથી પીડાય છે, તે કામ કરવું તેમના માટે મજબૂરી બની જાય છે. જો તેઓ આ કામ ન કરે અથવા કામ કરવાનું બંધ કરે તો બેચેની, ગભરાહટ, અનિચ્છનીય વિચારો આવવા લાગે છે, તેથી મજબૂરીમાં તે કામ કરે છે. અને તે વ્યક્તિ સમજે છે તે કામ કરવું જોખમી હોય શકે છે તેમજ તે કરી રહ્યું છે તે ખોટું છે તે, જાણતા હોવા છતાં પોતાની જાતને રોકી શકતો નથી, અને તક મળે એટલે તરત કંઈપણ બાળી નાખે છે, જો કે પીડિત વ્યક્તિ વારંવાર એવું નહીં કરે, કરવાના વિચારો તેના મગજ તરફથી મળતા હોય છે.

માસુમ બાળકોના માનસિક આરોગ્ય પર માઠી અસર થાય છે

છુટાછેડાથી બે પરિવાર જુદા થાય છે

કપલની પાસે જો બાળક પણ તલાકના સમય હોય છે તો સ્થિતિ વધારે ભાવનાત્મક પિડા આપનાર બની જાય છે : બાળકને પ્રાથમિકતા જરૂરી

છુટાછેડા અથવા તો તલાક માત્ર બે લોકો સાથે જોડાયેલો મામલો હોતો નથી પરંતુ તેમાં બે પરિવાર અલગ થાય છે. સ્થિતિ વધારે ભાવનાત્મક પિડા આપનાર એ વખતે બની જાય છે જ્યારે કપલના બાળક પણ હોય છે. આવી સ્થિતિમાં બંનેની પ્રાથમિકતા બાળકના ભવિષ્યને રાખવામાં આવે તે જરૂરી છે. બાળકની ભાવનાત્મક સુરક્ષા અને આવનાર ફેરફારો માટે તેને માનસિક રીતે તૈયાર કરવાની બાબત પણ કપલની પ્રાથમિકતા રહે તે જરૂરી છે. માતાપિતા વચ્ચે છુટાછેડાની અસર બાળક પર કેટલી થાય છે તે તેની વય પર આધારિત રહે છે. આવી સ્થિતિમાં અલગ થઈ રહેલા માતા-પિતાને સૌથી પહેલા આ બાબત પણ ડીલ કરવી જોઈએ કે પોતાના બાળકને તેઓ અલગ થઈ રહ્યા છે તે બાબત કઈ રીતે કહે. બાળક માનસિક રીતે પોતાને મુશ્કેલીમાં ન અનુભવે તે માટે માતા-પિતા ખાસ ધ્યાન રાખે તે જરૂરી છે. માતા પિતાના છુટાછેડાના કારણે બાળકના માનસિક આરોગ્ય પર માઠી અસર થાય છે. તેના વ્યવહારમાં આ બાબત દેખાઈ આવે છે. બાળકની એકાગ્રતામાં ઘટાડો થાય છે. માતા-પિતા જો અલગ થઈ રહ્યા છે તો બાળક સારા પરિણામ હાંસલ કરવામાં નિષ્ફળ રહે છે. તે અભ્યાસમાં ધ્યાન આપી શકતો નથી. સતત નારાજગીમાં રહે છે. તેની વયના બાળકોની સાથે આવા બાળકોના લડાઈ ઝગડા થતા રહે છે. પેરેન્ટ્સની વાતો સાંભળતા નથી. નીંદ પણ પુરતા પ્રમાણમાં આવા બાળકોને આવતી નથી. ભોજનમાં રસ લેતા નથી. ડ્રગ્સ અને આલ્કોહલની ટેવ પડી જાય છે. છુટાછેડાના કારણે બાળક પર ખુબ માઠી અસર થાય છે. તેની કેરિયર પણ દાવમાં લાગી જાય છે. જે કપલ અલગ થાય છે તેમના બાળક નાની નાની બાબતો પર નારાજ થાય છે. પ્રિયજનોથી દુર રહેવાનુ પસંદ કરે છે. જિદ્દી વલણ અપનાવવા લાગી જાય છે. છુટાછેડા લેવાની સ્થિતિમાં બાળકોની જરૂરિયાતોને ટોપ પ્રાયોરિટીમાં રાખવામાં આવે તે જરૂરી છે. બાળક જે દોરમાંથી પસાર થઈ રહ્યો છે તેને આગળ વધતા રોકી શકાય છે. કોઈ પણ બાળક માટે તેમના માતાપિતા વચ્ચે ડિવોર્સ ખુબ દુવિધાભરી સ્થિતિ સમાન હોય છે. બાળક વિચારી શકતા નથી કે હવે તેમનું શું થશે. તેને વેલ્યુ મળશે કે કેમ તે અંગે વિચારણા કરવા લાગે છે. તે માતાપિતા વગર કઈ રીતે રહેશે તે બાબત પણ તે વિચારવા લાગી જાય છે. કેટલાક બાળકોને એવું લાગે છે કે છુટાછેડા માટે તે પોતે જવાબદાર છે. આવી સ્થિતિમાં તે પોતાને બ્લેમ કરે છે. તેઓ ગિલ્ટથી ભરાઈ જાય છે. બાળકની જરૂરિયાતોને ધ્યાનમાં રાખવામાં આવે તે જરૂરી છે. બાળક શું ઈચ્છે છે તેની કાળજી રાખવાની જરૂર હોય છે. કારણ કે બાળકને તમારી વચ્ચે લડાઈ સાથે કોઈ લેવાદેવા હોતા નથી. તેને પોતાની

સિક્યુરિટી અને બંનેના પ્રેમની જરૂર હોય છે. જેથી માતાપિતાની જવાબદારી છે કે અલગ થયા બાદ પણ બાળકો પ્રત્યે તેમની ભાવના અને પ્રેમ કમ નથી. તમે તમારા પાર્ટનરની સાથે સીધી રીતે વાતચીત કરી શકો છો. તમારી માતા એવી છે અથવા તો તમારા પિતા એવા છે તે બાબત પર બાળકો સાથે ક્યારેય ચર્ચા કરવી જોઈએ નહીં. આના કારણે બાળકો કેટલીક વખત પોતાને દોષિત ગણે છે. જેથી જરૂરી છે કે બંને સાથે બેસીને બાળકને છુટાછેડા સંબંધમાં વાત કરવાની જરૂર હોય છે. આ ગાળા દરમિયાન પોતાના પાર્ટનરની સાથે સન્માનજનક ભાષાનો ઉપયોગ કરવામાં આવે તે જરૂરી છે. બાળકને વય મુજબ યોગ્ય રીતે છુટાછેડા માટેના કારણો દર્શાવવાની જરૂર હોય છે. બાળક વારંવાર પુછે તો પણ માતાપિતા બંને એક જ કારણ આપે તે જરૂરી છે. સાથે સાથે તેની સાથે રહેવા અને ન રહેવા માટેના કારણો પણ દર્શાવવા જોઈએ. બાળક પ્રત્યે બંને પ્રેમ ભાવના વ્યક્ત કરે તે જરૂરી છે. બંને તેમને મળતા રહેશે તેવી બાબત પણ દર્શાવવી જોઈએ. પોતાના એક્સ પાર્ટનરની સાથે હંમેશા સન્માનજક સંબંધ રાખવામાં આવે તે જરૂરી છે. પોતાના પાર્ટનરની સાથે હંમેશા બ્રાઈટ સાઈડ પર ધ્યાન આપવાની જરૂર હોય છે જેથી બાળક વધારે સુરક્ષિત થઈ શકે. બાળક પ્રત્યે પોતાની જવાબદારી બંને નક્કી કરી લે તે જરૂરી છે. બાળકની ભાવનાને હંમેશા સમજી લેવાના પ્રયાસ કરવા જોઈએ. મુશ્કેલ સમયમાં બાળકને આ બાબત પણ કહેવાની જરૂર હોય છે કે છુટાછેડા લેવા માટે તેમની કોઈ ભૂમિકા નથી. તેમના કારણે અલગ થઈ રહ્યા નથી. બંને હંમેશા મળતા રહેશે તેવી ખાતરી પણ બાળકને સતત મળતી રહે તે જરૂરી છે. જો કોઈ ફેરફાર બાળકમાં થાય છે અને તમામ પ્રયાસ છતાં બાળક ખુશ રહેતા નથી તો બાળકને સાયકોલોજિસ્ટને બતાવવાના પ્રયાસ કરવા જોઈએ. બાળકની સાથે ખુબ પ્રેમાળ વર્તન દરેક માતાપિતા રાખે છે. પરંતુ છુટાછેડા વેળા બાળકને ખુબ તકલીફ પડે છે.

આપ, ઔવૈસી અને મમતાની એન્ટ્રીથી રસાકસી જોવા મળશે

ગુજરાતમાં વર્ષ ૨૦૨૨માં એટલે કે આવતા વર્ષે થનારી વિધાનસભાની ચૂંટણી અત્યંત રસપ્રદ હશે. અરવિંદ કેજરીવાલના નેતૃત્વ વાળી આમ આદમી પાર્ટી અને અસદુદ્દીન ઓવૈસીના નેતૃત્વ વાળી ઈન્ડિયા મજલિસ-એ-ઈત્તેહાદુલ મુસ્લિમિન (એઆઈએમઆઈએમ) સિવાય હવે મમતા બેનર્જીની પાર્ટી ટીએમસી પણ મેદાનમાં ઉતરવા તૈયાર છે. પાર્ટી તરફથી પહેલીવાર રાજ્યમાં વિધાનસભાની ચૂંટણી લડવાની જાહેરાત કરવામાં આવી છે. રાજ્યમાં સ્ટેટ યુનિટની રચના પણ કરવામાં આવી છે. પાર્ટીના ગુજરાત એકમ માટે એક સંયોજકની નિમણુક કરવામાં આવી છે. પાર્ટીએ આગામી વિધાનસભામાં એકલા ચૂંટણી લડવાનો નિર્ણય લીધો છે. ટીએમસી ગુજરાતના સંયોજક જિતેન્દ્ર ખદાયતાએ કહ્યું કે ટુંક સમયમાં રાજ્ય એકમની રચના કરવામાં આવશે.

નવા નિમાયેલા સંયોજક જિતેન્દ્ર ખદાયતાએ કહ્યું કે, તૃણમુલ કોંગ્રેસ પશ્ચિમ બંગાળમાં ૨૦૨૧ની ચૂંટણી પૂરી તાકાત સાથે લડી. પાર્ટી હાઈ કમિશને નક્કી કર્યું છે કે ૨૦૨૨ની ગુજરાત વિધાનસભાની ચૂંટણીમાં મહત્તમ સીટો પર લડશે. જો કે તેમણે સાથે સાથે ચોખવટ કરી છે કે તેમની પાર્ટીનું અન્ય કોઈ પણ પાર્ટી સાથે ગઠબંધન નહીં થાય.

મમતા બેનર્જીના ૨૧ જુલાઈના ભાષણને અમદાવાદના ઈસનપુર વિસ્તારના એક હોલમાં જોવામાં આવ્યું. તેમાં જીતેન્દ્ર

અને ટીએમસીના અન્ય સભ્ય પણ હાજર રહ્યા હતા. પાર્ટી હાઈકમિશને મમતા બેનર્જીનું ભાષણ ગુજરાતમાં મહત્તમ સ્થાનો પર લાઈવ સંભળાવવામાં આવે તેવી વ્યવસ્થા કરવાનો આદેશ આપ્યો હતો. રેલી પહેલા ગીતા મંદિર બસ ટર્મિનસ જેવા વ્યસ્ત સ્થળો પર વર્ચ્યુઅલ જનસભાનો પ્રસાર કરનારા બેનર પણ લગાવવામાં આવ્યા હતા.

આમ આદમી પાર્ટી અને એઆઈએમઆઈએમ જેવી અન્ય પાર્ટીઓ જેમણે તાજેતરમાં જ ગુજરાતમાં ચૂંટણીમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરી હતી તે આવતા વર્ષે થનારી વિધાનસભાની ચૂંટણીમાં ભાજપ વિરુદ્ધ લડવા તૈયારી કરી રહી છે. ભાજપના ગઢ કહેવાતા ગુજરાતમાં આ રાષ્ટ્રીય પાર્ટીઓ પણ ચૂંટણી લડશે તો ચૂંટણી ચોક્કસપણે રસપ્રદ બની જશે.

ભારતીયો રોજ ૪ કલાક નવ મિનિટ મોબાઈલ પર ગાળે છે

મોબાઈલ અને ઈન્ટરનેટ વગરના જીવનની હવે કલ્પના થઈ શકે તેમ નથી. આ બંને વસ્તુઓ લોકોના જીવન સાથે એટલી હદે વણાઈ ગઈ છે. દુનિયામાં અબજો લોકો સ્માર્ટ ફોન અને ઈન્ટરનેટનો વપરાશ કરી રહ્યા છે. જોકે કયા દેશના લોકો મોબાઈલ પર સૌથી વધારે સમય પસાર કરે છે તે અંગે એક નવા રિપોર્ટમાં રસપ્રદ જાણકારી સામે આવી છે.

ઝેડડીનેટના અહેવાલ પ્રમાણે મોબાઈલનો ઉપયોગ કરવામાં બ્રાઝિલના લોકો નંબર વન પર છે. બ્રાઝિલના લોકો રોજ પાંચ કલાક અને ચાર મિનિટ મોબાઈલ પર પસાર કરે છે.ઈન્ડોનેશિયા બીજા ક્રમે છે. ઈન્ડોનેશિયાના નાગરિકો રોજ સરેરાશ પાંચ કલાક અને ત્રણ મિનિટ મોબાઈલ પર વિતાવે છે અને આ સર્વેના લિસ્ટમાં ભારતીયો ત્રીજા ક્રમે છે. ભારતના નાગિરકો રોજ ચાર કલાક અને નવ મિનિટ મોબાઈલ પર ગાળે છે. આ સિવાયના દેશોની યાદીમાં ચોથા ક્રમે સાઉથ કોરિયા, ચાર કલાક અને આઠ મિનિટ, પાંચમા ક્રમે

મેકિસકો, ચાર કલાક અને સાત મિનિટ, છઠ્ઠા ક્રમે તુર્કી, ચાર કલાક અને પાંચ મિનિટ, સાતમા ક્રમે જાપાન, ચાર કલાક અને ચાર મિનિટ, આઠમા ક્રમે કેનેડા, ચાર કલાક અને એક મિનિટ, નવમા ક્રમે અમેરિકા, ત્રણ કલાક અને નવ મિનિટ, દસમા ક્રમે બ્રિટેન, ત્રણ કલાક અને આઠ મિનિટનો છે.

તાજ કબાબ

સામગ્રી

- ૫૦૦ ગ્રામ બોનલેસ (ટિક્કા) ચીકન / પ્યાઝ / સીમલા મીર્ચ / ચીઝ
- ૨ ચમ્મચ ચીકન તંદુરી મસાલા
- ૨ ચમ્મચ દહીં
- ૨ લીંબુ
- ૧ ઈંડા
- ૨ ચમ્મચ કાલી મીર્ચ પાઉડર
- ૨ ચમ્મચ જીરા પાઉડર
- ૪ ચમ્મચ કનફલાવર
- નમક સ્વાદ અનુસાર
- ૨ ચમ્મચ સોયાસોસ
- ૨ ચમ્મચ ચિલ્લી સોસ
- ૧ ચમ્મચ રેડ ચિલ્લી સોસ
- ૫ ચમ્મચ ટોમેટો કેચપ
- ૧ ચમ્મચ રેડ ચિલ્લી ફલેક્સ મીર્ચ પાઉડર
- નોકવાલી સિલ્લી

બનાવવાની રીત :

- સૌ પ્રથમ ચીકનને ધોઈ ને પાણી નીતારીને તેની અંદર ચીકન તંદુરી મસાલા, દહીં, લીંબુ, ઈંડા, કાલી મીર્ચ પાઉડર, જીરા પાઉડર, કનફલાવર, નમક મેરીનેટ કરી અને ૩ - ૪ કલાક સુધી મૂકી દો.

- પ્યાઝ અને સીમલા મીર્ચ ને ચોરસ કટ કરો.

- સિલ્લીમાં સૌથી પહેલા પ્યાઝ, ચીકન, સીમલા મીર્ચ એક પછી એક મૂકી સિલ્લીમાં પેક કરો.

- થોડોક તેલ લઈ પછી ડ્રીમ ફ્રાય કરો. અને એક વાટકીમાં સોયાસોસ, ચિલ્લી સોસ, રેડ ચિલ્લી સોસ, ટોમેટો કેચપ, રેડ સિલ્લી ફ્લેકસ મીર્ચ પાઉડર મીક્સ કરો.

- ડ્રીપ ફ્રાય કરેલી ચિલ્લી ને એક પ્લેટમાં સજાવી તેની ઉપર આ મિક્સ કરેલું સોસ તેના પર પાથરી દો અને થોડીક ચીઝ તેના પર પાથરી દો અને સર્વ કરો.

દૂધીના ભજીયા

સામગ્રી :
દૂધી ૨૫૦ ગ્રામ
સિંગોડાનો લોટ ૨૦૦ ગ્રામ
આદુ/ લીલા મરચાની પેસ્ટ ૧-૧ ચમચી
મીઠુ, જીરૂં, મરચા સ્વાદાનુસાર
કોથમીર જરૂરતનુસાર
તેલ તળવા માટે

બનાવવાની રીત : સૌપ્રથમ દૂધીને છોલીને કદુકસ કરી લો. હવે આમાં બધા મસાલા અને શિંગાડાનો લોટ ભેળવી લો. એક કડાઈમાં તેલ ગરમ કરીને નાના-નાના ભજીયા બનાવીને તળી લો. આ દૂધીના ભજીયા ખાવામાં ઘણા સ્વાદિષ્ટ લાગશે. આ એક ઝટપટ તૈયાર કરવામાં આવનાર વ્યંજન છે આને દહીં કે લીલી ચટણીની સાથે સર્વ કરો.

શાહી આલુ પનીર

સામગ્રી :

- બાફેલા બટાકા ૪
- પનીર ૩૦૦ ગ્રામ
- સૂકી મેથી અડધો કપ
- ઘી ૧ મોટો ચમચો
- આદુ ૧ નાની ચમચી (ઝીણું કાપેલું)
- લીલા મરચા (ઝીણા કાપેલા) ૨-૩
- ટામેટા ૪ (ઝીણા કાપેલા)
- લસણ ૧ નાની ચમચી (પેસ્ટ)
- દહીં ૧/૧૨ કપ
- મીઠું સ્વાદાનુસાર
- ધાણા પાવડર ૧/૨ ચમચી
- લાલ મરચા ૧ નાની ચમચી (વાટેલા)
- પાણી અડધો કપ
- બદામ ૧ મોટો ચમચો (કાપેલી)
- દ્રાક્ષ ૧૫ નંગ
- પિસ્તા ૧ મોટો ચમચો (કાપેલા)
- કાળામરી ૧/૨ નાની ચમચી
- કેર પલાળેલી

બનાવવાની રીત :-

સૌથી પહેલા બટાકા અને પનીરને સમાન રૂપે કાપી લો. પછી એક વાસણમાં દહીં, મેથી, આદુ-લસણની પેસ્ટ, ટામેટા, લીલા મરચા, ધાણા પાવડર સારી રીતે મેળવો પછી એમાં કાપેલા બટાકા અને પનીર નાખીને મિકસ કરી લો. એના પછી હવે એક પેનમાં ઘી નાખીને મધ્યમ આંચ પર ગરમ કરો. પછી જ્યારે ઘી ગરમ થઈ જાય તો આમાં બટાકા પનીરનું મિશ્રણ નાખીને ત્યાં સુધી પકાવો જ્યાં સુધી બટાકા ચિકનાઈ ના છોડીદે. પછી પાક્યા પછી એમાં કાળા મરી પાવડર, બદામ, પિસ્તા અને પલાળેલી કેસર ભેળવો અને ગેસ બંધ કરી દો. આ પ્રકારે બનેલ તૈયાર છે શાહી આલુ પનીર.

MAKEOVER BY MAHI

FREELANCE BEAUTY SPECIALIST

ALL BEAUTY SERVICES AVAILABLE AT YOUR HOME

SPECIAL OFFER

5 SERVICE
Just Rs.
1500/-

LIST OF SERVICE OFFERED

D-TAN, WHIYENINH FACIAL, RICA WAXING FULL HAND+UNDERARMS, RICA FULL LEG WAXING, PEDICURE, MANICURE, HAIRSPA(L'OREAL), ROOT TOUCH UP, FRONT D-TAN/ WAXING, BACK D-TAN/WAXING, BACK MASSAGE, EYEBROW, UPPERLIPS & FOREHEAD, BIKNI WAXING, FACEWAX

HAIR MAKEUP & SKIN CLASSES

BATCH STARTING FROM
15TH August 2021
Timing:- 1:30pm to 3:30pm

FIRST 3 STUDENTS WILL GET 20% DISCOUNT

BASIC COURSE
Just Rs.
10,000/-
30 DAYS

BASIC TO ADVANCE PROFESSIONAL COURSE
Just Rs.
23,000/-
60 DAYS

FEES INSTALLMENTS AVAILABLE

MATERIAL WILL BE PROVIDED BY US

FOR MORE INFO

96245 98688 | 70463 60588

SPECIAL OFFER

FLAT 50% DISCOUNT ON RATE CARD

SINCE 2016

ટુડેઝ ફેક્ટ સમાચાર

TODAYS FACT SAMACHAR

શું તમે તમારો ધંધાને ગુજરાતમાં વધારવા માંગો છો.?

'ટુડેઝ ફેક્ટ સમાચારની' મેગેઝિનમાં જાહેરાત કરો

5 IN ONE

PACKAGE BENEFITS

NOTE : BENEFITS AVAILABLE ON MAGAZINE FULL PAGE ONLY

1 MAGAZINE

1 ADVT

2 NEWSPAPER

2 ADVT

3 TFS DAILY NEWS

30 DAYS

*TERMS & CONDITIONS APPLY

4 E MAGAZINE

FOUR TIME

5 SOCIAL MEDIA MARKETING

ONE TIME

SPECIAL OFFER

SPECIAL OFFER

BOOK YOUR ADVERTISEMENT NOW | Don't MiSS OFFER

M: 90 33 30 20 74 | 743 50 50 451

RNI Registration No. GUJGUJ/2016/72090 Registered under Postal Registation No. AHD-C/102/2019-2022 Valid up to Dt. 31/12/2022 issued by the SSPO's, Ahmedabad City Division. Published on 1st Date of Every month and Permitted to post at Ahmedabad PSO on 5th Date of Every Month.

આ ઓફર ફક્ત અલ-દીનાર-૩ માટે છે

AL DEENAR-3

FASHION PVT. LTD.

★ તા. ૦૧-૮-૨૦૨૧ થી ૧૫-૮-૨૦૨૧ સુધી **૪૫%** ડિસ્કાઉન્ટ

★ તા. ૧૬-૮-૨૦૨૧ થી ૩૧-૮-૨૦૨૧ સુધી **૫૦%** ડિસ્કાઉન્ટ

★ તા. ૦૧-૯-૨૦૨૧ થી ૧૫-૯-૨૦૨૧ સુધી **૫૫%** ડિસ્કાઉન્ટ

પહેલા માળે, આબાદ આર્કેડ, બાગે મુજતબા (અલ-બુરૂજ) સામે, મકરબા રોડ, સરખેજ, અમદાવાદ.

M : 8511728300, 9157241499, 9825086114

લિમીટેડ સ્ટોક હોવાથી આ ઓફર નો લાભ વહેલા તે પહેલા ધોરણે ઉપાડો

ડી-૧૨, ૧૩, ૧૪, સફલ-૮, નેશનલ હેન્ડલૂમ ની સામે, અજીત મીલ ચાર રસ્તા પાસે, રખીયાલ રોડ, અમદાવાદ. M : 9924169333, 9157241499, 9825086114

Safal -8, D-101, 102, Near Vijay Sales, Ajit Mill Char Rasta, Rakhial, Ahmedabad. M : 9924169333, 9157241499, 9825086114

ડિઝાઈનર લેહંગા નુ ભવ્ય શો-રૂમ (હોલસેલ અને રીટેલ)

તમારી મનપસંદ ડીઝાઈન નો ડ્રેસ ઓર્ડર મુજબ તૈયાર કરી આપવામાં આવશે

દુંક સમયમાં જુહાપુરામાં શરૂ થાય છે

AL MANJAL JEWELLERS PVT. LTD.

૯૧.૬ હોલમાર્ક ના દાગીના નો ભવ્ય શો-રૂમ

શોપ નં ૧૩, કલાસીક હાઈટ બિલ્ડીંગ, બેન્ક ઓફ બરોડાની પાસે, રોયલ અકબર ટાવર ની સામે, જુહાપુરા, અમદાવાદ.

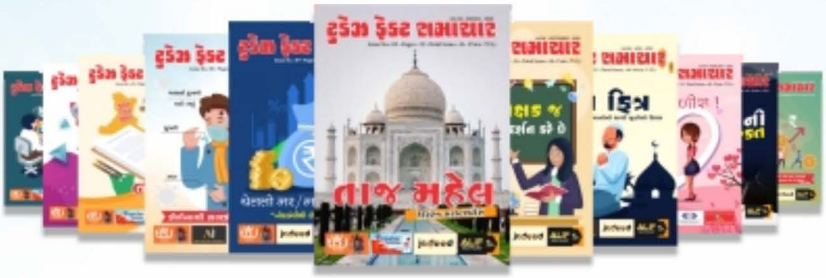
BIS916

SUCCESS OF 4 ANNIVERSARY YEARS

SINCE 2016

ટુડેઝ ફેક્ટ સમાચાર

TODAYS FACT SAMACHAR



આપણા સમાજ-ધર્મ કે સંસ્થા અથવા તો આસપાસ બનતી નાની મોટી ઘટનાઓ,પ્રેસ નોટ, પ્રસંગો, કલબ, જન્મદિન મુબારક, સાલગીરાહ, જોક્સ, શાયરી, લેખ, કવિતા, પ્રસિદ્ધિ, મેગેઝિનમાં તમારા નામ સાથે છપાવવા માટે તક.

દર મહિનાની ૨૦ તારીખ સુધી તમે તમારો સંદેશ મોકલી શકો છો, મેગેઝિન દર મહિનાની પહેલી તારીખે પ્રસિદ્ધ થશે.

નીચે જણાવેલ **E-MAIL ID** અથવા **WHATSAPP** પર મોકલી આપો.

વિનામૂલ્યે પ્રસિદ્ધ થાવ!

Email: tfsnews01@gmail.com

+91-63551 40602

JOIN ON SOCIAL PLATFORMS

ટુડેઝ ફેક્ટ સમાચાર

TODAYS FACT SAMACHAR

TO GET LATEST NEWS UPDATE

CLICK ICON TO JOIN WITH US

JOIN US ON WHATSAPP

DOWNLOAD APP

GET IT ON Google Play

FOLLOW US ON INSTAGRAM

LIKE OUR PAGE FACEBOOK

FOR VIDEOS SUBSCRIBE

TODAYS FACT SAMACHAR YOUTUBE CHANNEL

YouTube

FOR ADVERTISEMENT CONTACT

M: 90 33 30 20 74